

REFLEXIVITÄT NEU DENKEN

Qualitative Sozialforschung mithilfe der sechs Kernprozesse psychischer Flexibilität
der Acceptance and Commitment Therapy (ACT)³ reflexiv gestalten

AUSGANGSLAGE

Interpretative qualitative Forschung begreift Erkenntnis als situierten und relationalen Prozess, der durch die Positionierung, Perspektiven und Interaktionen der Forschenden mitkonstituiert wird.² Reflexivität gilt deshalb als eine zentrale methodologische Voraussetzung für die Qualität qualitativer Forschung.^{1,4}

Die ACT-Kernprozesse werden vor diesem Hintergrund als ergänzende theoretische Perspektive für eine reflexive Wissensproduktion konzeptualisiert und ihr Potenzial als epistemische Heuristik für qualitative Sozialforschung diskutiert.

FRAGESTELLUNG

Wie können die Kernprozesse nach ACT zur Beschreibung und Reflexion erkenntnis-relevanter Prozesse der Wissensproduktion in qualitativer Sozialforschung beitragen?

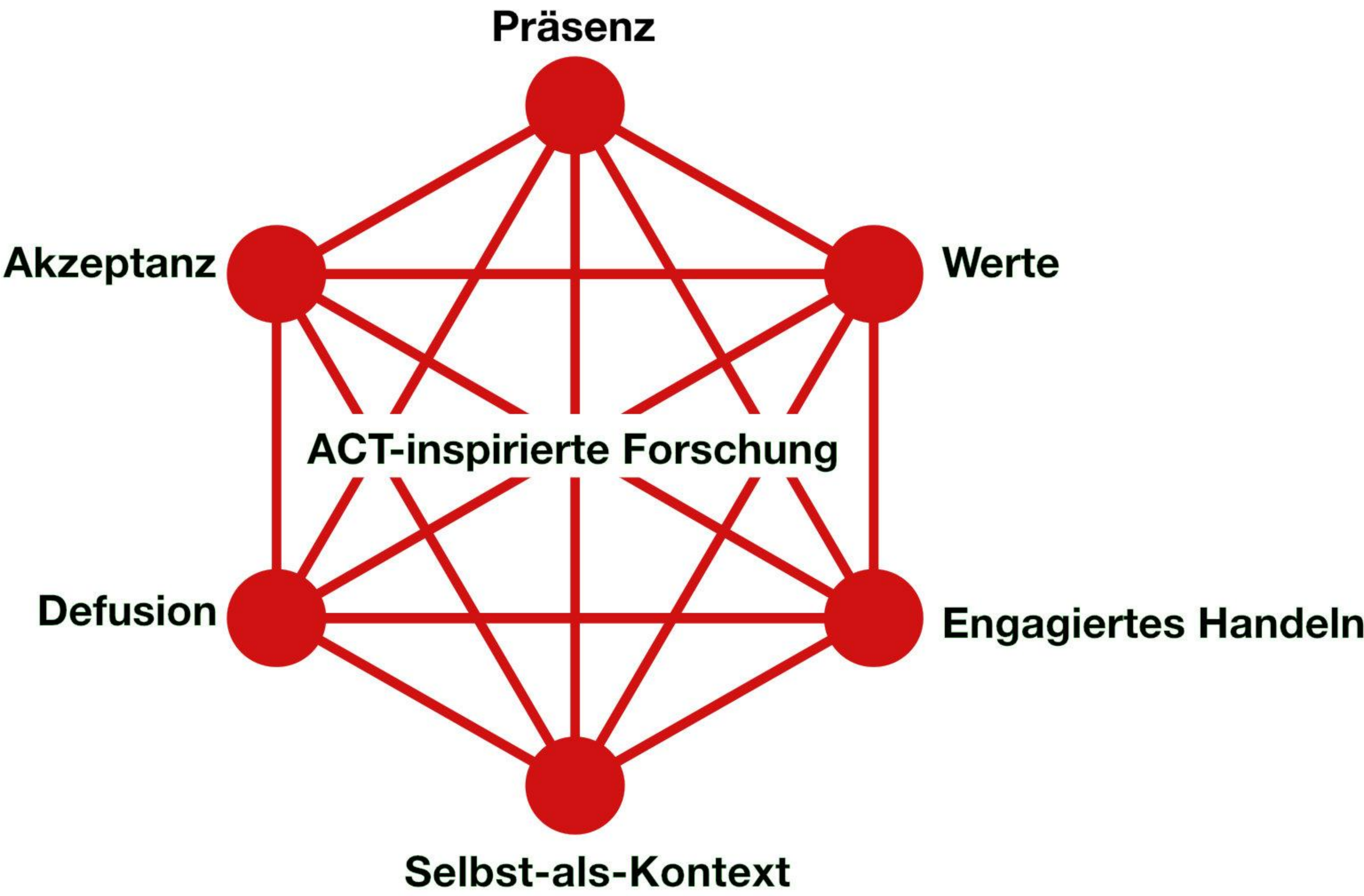
METHODIK

Das vorgeschlagene Modell für eine ACT-inspirierten Forschung wurde durch die konzeptionellen Analyse der ACT-Kernprozesse und deren theoretische Übertragung auf den Kontext qualitativer Sozialforschung entwickelt.

DAS ACT-MODELL

ACT ist ursprünglich ein kontextuell-behavioraler Ansatz, dessen Ziel die Förderung psychischer Flexibilität ist.

Psychische Flexibilität bezeichnet die Fähigkeit, auch in herausfordernden Situationen bewusst und werteorientiert zu handeln, anstatt sich von belastenden Gedanken oder Gefühlen bestimmen zu lassen. Das ACT-Modell beschreibt psychische Flexibilität anhand von sechs miteinander verbundenen Kernprozessen: Präsenz, Akzeptanz, Defusion, Selbst-als-Kontext, Werte und engagiertes Handeln.³



ACT-PROZESS	EPISTEMISCHE FUNKTION	ANWENDUNGSBEISPIEL: LEITFADENGESTÜTZTE INTERVIEWS
Akzeptanz	Aushalten von Ambivalenzen, Widersprüchen und Irritationen	Eine interviewte Person macht widersprüchliche Aussagen. Anstatt den Widerspruch direkt aufzulösen oder zu korrigieren, wird er durch vertiefende Nachfragen exploriert.
Defusion	Distanzierung von eigenen Vorannahmen und etablierten Deutungsmustern	Während des Interviews bemerkt die forschende Person, dass sie das Gesagte aufgrund der eigenen Vorannahmen vorschnell einer bekannten Kategorie zuordnet. Sie stellt diese Interpretation bewusst zurück und fragt gezielt nach der Bedeutung für die befragte Person.
Selbst-als-Kontext	Reflexion der eigenen Position und persönlichen Involviertheit	Die forschende Person nimmt wahr, dass ihre berufliche Rolle oder persönliche Betroffenheit die Gesprächsführung beeinflussen, und kann ihr Verhalten während des Interviews situativ reflektieren und anpassen.
Präsenz	Offene und aufmerksame Haltung gegenüber gegenwärtigen Erfahrungen und Interaktionen	Während eines Interviews entsteht ein unerwarteter Themenstrang. Durch aktives Zuhören erkennt die forschende Person dessen potenzielle Relevanz, weicht situativ vom Leitfaden ab und vertieft das Thema mit Nachfragen.
Werte	Ausrichtung der methodischen Entscheidungen an epistemischen, ethischen und fachlichen Überzeugungen	Methodische Entscheidungen, z.B. welchen Themen im Rahmen eines Interviews Raum gegeben wird, werden bewusst an den epistemischen, ethischen und fachlichen Zielen der Studie ausgerichtet und transparent dokumentiert.
Engagiertes Handeln	Konsequente methodische Umsetzung der reflexiven Forschungshaltung	Erkenntnisse aus fortlaufenden Reflexionsprozessen fließen unmittelbar in den weiteren Forschungsprozess ein, z. B. durch Anpassung des Interviewleitfadens für folgende Interviews.

KRITISCHE WÜRDIGUNG

Das Modell einer ACT-inspirierten Forschung stellt einen konzeptionellen Rahmen zur systematischen Ausgestaltung von Reflexivität im qualitativen Forschungsprozess dar. Es ergänzt etablierte Methoden der Datenerhebung und -analyse um eine explizite reflexive Perspektive, ersetzt diese jedoch nicht. Die sechs ACT-Kernprozesse sind zudem nicht als starres Analyse- oder Kategorienschema zu verstehen. Ihr epistemisches Potenzial entsteht erst im wechselseitigen Zusammenspiel der Prozesse. Ihre methodische Umsetzung erfordert entsprechend ein hohes Mass an Erfahrung und methodischer Sensibilität, da beispielsweise die Explikation leitender Werte die Reflexion eigener Vorannahmen und Positionierungen sowie Offenheit gegenüber Irritationen voraussetzt.

KONZEPTIONELLER BEITRAG

ACT beschreibt grundlegende Prozesse des Umgangs mit Unsicherheit, Perspektivität, Bewertungen und Handlungsentscheidungen. Diese Dynamiken prägen auch die Wissensproduktion in der qualitativen Sozialforschung. Die sechs ACT-Kernprozesse könnten daher als epistemische Heuristik für den gesamten Forschungsprozess - von der Entwicklung des Forschungsdesigns bis zur Publikation der Ergebnisse - dienen, indem sie ein theoretisches Vokabular zur Beschreibung, Reflexion und methodischen Gestaltung der Mikroprozesse qualitativer Wissensproduktion eröffnen.

AUSBLICK

Das bislang theoretisch entwickelte Modell muss hinsichtlich der praktischen Nützlichkeit, Operationalisierung und Anschlussfähigkeit an bestehende Ansätze geprüft werden. Zukünftige Forschung sollte den Abstraktionsgrad reduzieren und die ACT-Kernprozesse durch konkrete Reflexionsinstrumente sowie empirische Beispiele zugänglich machen.

LITERATUR

¹Braun, Virginia; Clarke, Victoria (2022). Thematic analysis: A Practical Guide. Sage.
²Haraway, Donna (1988). Situated Knowledges: The Science Question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective. Feminist Studies 14(3), 575–599.
³Hayes, Steven; Levin, Michael; Plumb-Villardaga, Jennifer; Villatte, Jennifer; Pistorello, Jacqueline (2013). Acceptance and Commitment Therapy and Contextual Behavioral Science: Examining the Progress of a Distinctive Model of Behavioral and Cognitive Therapy. Behavior Therapy 44, 180–198.
⁴Tracy, Sarah (2010). Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research. Qualitative Inquiry 16(10), 837–851.

Abbildung des Modells für ACT-inspirierte Forschung: eigene Darstellung.

KONTAKT

Anne Uphoff
Doktorandin Sozialarbeit und Sozialpolitik
Universität Freiburg (CH)
Anne.Uphoff@unifr.ch

